



Заведующий

День 07.03.2023

МДОБУ Д/С № 10 ЛГО

Отд./корп

ДОУ

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7лет	Калорийность 1,5-3лет/3-7	Белки 1,5-3л/3-7	Жиры 1,5-3л/3-7	Углеводы 1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная вермишелевая	150/180	14,75/17,76	114/139	3,8/4,8	5,6/6,8	12,2/14,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/180	0,73/0,76	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	10,1/15,6
	хлеб		Батон с маслом	4/20 5/20	2,64/3,14	78 /82	1,6/2,1	3,5/4,2	9,9/9,9
2 завтрак			Сок	100/100	8,5/8,5	45/45	0,3/0,3	0,0/0,0	11/11
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Свекольник с мясом со сметаной	180/200	7,43/9,89	136/185	7,2/9,3	5,1/6,9	15,3/21,3
	2 блюдо		Котлета мясная	60/70	36,22/45,66	112/147	11,2/14,5	6,2/6,8	2,8/3,4
			Гороховое пюре	100/120	5,8/7,1	153,4/173	3,95/4,2	3,39 /4,6	26,15/28,6
	Напиток		Компот из сухофруктов	120/180	2,40/2,68	60/72	0,5/0,6	0,0/0,0	15,0/18,0
Полдник	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/60	1,60/1,92	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
			Запеканка творожная с молочным соусом	80/100	44,45/52,53	137/181	5,9/7,3	8,2/11,5	10,0/12,0
	напиток		Кофейный напиток на молоке	150/180	11,7/14,04	72/86	3,4/4,9	4,0/4,6	5,5/7,9
	хлеб				136,22/163,98				